

# Sommaire

.....

Introduction	8	<b>Le troisième trimestre :</b>	
Rencontrez nos spécialistes	10	<b>de 26 à 38 semaines</b>	<b>123</b>
<b>Préparation à la grossesse</b>	<b>13</b>	Votre bébé	124
Compte à rebours	14	Votre corps	128
<b>Le premier trimestre :</b>		La santé	132
<b>de 0 à 11 semaines</b>	<b>23</b>	<i>Chronique : L'accouchement prématuré</i>	142
Votre bébé	24	Nutrition et forme physique	144
Votre corps	28	Les émotions	148
La santé	32	Les habitudes de vie	152
<i>Chronique : échographie :</i>		<b>L'accouchement</b>	<b>165</b>
<i>à quoi faut-il s'attendre</i>	38	Comment vous préparer	166
Nutrition et forme physique	48	<i>Chronique : La péridurale</i>	174
<i>Chronique : les nutriments qu'il vous faut</i>		Les différents stades du travail	178
<i>pour que votre bébé se développe bien</i>	52	Les complications	188
Les émotions	58	<b>Les six premières semaines</b>	
Les habitudes de vie	62	<b>après la naissance</b>	<b>195</b>
<b>Le deuxième trimestre :</b>		Comment prendre soin de votre bébé	196
<b>de 12 à 25 semaines</b>	<b>75</b>	Devenir parent	204
Votre bébé	76	<i>Chronique : Le baby blues</i>	208
Votre corps	80		
La santé	84	Quel risque y a-t-il... ?	216
<i>Chronique : mal de dos</i>		Adresses utiles	226
<i>pendant la grossesse</i>	90	Glossaire des termes médicaux	229
Nutrition et forme physique	98	Index	232
Les émotions	106	Crédits photographiques	240
Les habitudes de vie	110		
<i>Chronique : droits de la future mère</i>	116		